Активная артикуляционная гимнастика

с функциональ­ной нагрузкой

Учитель-логопед Сорокина И.А.

Функциональная нагрузка выражается в четком выполнении всех заданий, с макси­мальной амплитудой движений органов артикуляции.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Упражнение 1. «Забор».  Цель: подготовить артику­ляцию для свистящих звуков, активизировать губы.  Методические рекомендации: перед зеркалом просим ребен­ка максимально растянуть губы (улыбнуться), показать верхние и нижние зубы. Верхние зубы должны находиться напротив нижних. Необходимо проверить наличие расстояния между ними (1 мм). Следить, чтобы ре­бенок не морщил нос. Удержать под счет до 5. | | | ***Рис. 1 «Забор».*** |
| Упражнение 2. «Окно».  Цель: уметь удерживать от­крытым рот с одновременным показом верхних и нижних зу­бов.  Методические рекомендации: из положения «Забор» медлен­но открывать рот. Зубы долж­ны быть видны. Удержать под счет до 5. | | | ***Рис. 2 «Окно».*** |
| Упражнение 3. «Мост».  Цель: выработать нижнее положение языка для подготовки к постановке свистящих звуков. Кончик языка упирается в нижние резцы.  Методические рекомендации: из положения «Забор» выполнить упражнение «Окно». Расположить язык за нижними резцами плоско. Удержать под счет до 5.  Это упражнение очень зна­чимо. Если ребенок выполнит правильно и удержит эту позу перед зеркалом длительно, то это сигнал к тому, что свистя­щие звуки будут поставлены очень быстро. Если не получа­ется, то нужно погладить язык шпателем, похлопать по нему  для расслабления мышц языка, пассивно шпателем удержать язык распластанным. В ряде случаев прово­дят логопедический массаж, направленный на ослаб­ление гиперкинезов, активизацию или релаксацию мышечного тонуса органов артикуляции. | | | ***Рис. 3 «Мост».*** |
| Упражнение 4. «Парус».  Цель: подготовка верхнего подъема языка для звуков [р], [л].  Методические рекомендации: ребенок последовательно вы­полняет следующие упражнения: «Забор» — «Окно» — «Мост». Из положения «Мост» широкий язык поднимается к верхним резцам и упирается в альвеолы. Следить, чтобы язык не провисал, а был напряженным и широким, опре­делялась подъязычная связка. Удержать под счет до 5. Язык поднят кверху. | | | ***Рис. 4 «Парус».*** |
| Упражнение 5. «Трубочка».  Цель: выработать активность и подвижность губ.  Методические рекомендации: из положения «Забор» вытя­нуть губы вперед, плотно их сомкнуть, чтобы в центре не было дырочки. Круговая мыш­ца собирается в морщинки.  Необходимо проверить, чтобы нижняя челюсть не опускалась. Контролировать рукой. Удержать под счет до 5. | | | ***Рис. 5 «Трубочка».*** |
| Упражнение 6. Чередование: «Забор» — «Трубочка».  Цель: добиться ритмичного, точного переключе­ния с одной артикуляции на другую.  Методические рекомендации: из положения «За­бор» выполнить движение «Трубочка». Такие пере­ключения выполнить 5—6 раз в разном темпе, опре­деляемом логопедом. Начинать в медленном темпе. Рука под подбородком, чтобы контролировать непо­движность подбородка.  ***Рис. 6 «Забор – трубочка».*** | | |  |
| Упражнение 7. «Лопата».  Цель: выработать широкое и спокойное положение языка, что необходимо для подготов­ки шипящих звуков.  Методические рекомендации: последовательно выполнять уп­ражнения «Забор» — «Окно» — «Мост». Из положения языка «Мост» выдвинуть язык на нижнюю губу. Язык должен быть спокойным и широким. Нижняя губа не должна подворачиваться, верхняя должна обнажать зубы. Удержать под счет до 5. Язык на губе. | | | ***Рис. 7 «Лопата».*** |
| Упражнение 8. «Лопата копает».  Цель: подготовить артику­ляцию для шипящих звуков. Выполнение артикуляции «Ча­шечка».  Методические рекомендации: выполнить последовательно следующие упражнения: «Забор» — «Окно» — «Мост» — «Лопата». Из положения «Лопата» поднять широкий кончик языка немного вверх. Верхние зубы должны быть видны. Следить, чтобы язык при подъеме не убирался в ротовую полость. Выполнить упражнение в медленном темпе 3—4 раза.  Кончик языка загибается вверх. | | | ***Рис. 8 «Лопата копает».*** |
| Упражнение 9. «Вкусное варенье».  Цель: сформировать: верхний подъем языка в форме «Чашеч­ки», удерживание языка на верх­ней губе и выполнение облизы­вающего движения сверху вниз.  Методические рекомендации: из положения «Лопата копает»  широкий язык поднять к верхней губе и выполнить облизывающие движения сверху вниз 2—3 раза в мед­ленном темпе.  Движения языка сверху вниз по верхней губе. | | | ***Рис. 9 «Вкусное варенье».*** |
| Упражнение 10-а. «Теплый ветер».  Цель: вызывание шипящих звуков по подражанию.  Методические рекомендации: из положения «Вкусное ва­ренье» убрать язык за верхние зубы и образовать щель с аль­веолами. Руку расположить у подбородка и попросить ребенка подуть на широкий язык. Растянуть гу­бы в улыбке. Рука должна ощутить теплую воздуш­ную струю. Если упражнение не получается, то проводят упражнения №18, №20. Подуть на язык.  Кистью ощутить теплую струю воздуха. | | | ***Рис. 10-а «Теплый ветер».*** |
| Упражнение 10-б. «Жук».  Цель: вызывание звука [ж] по подражанию.  Методические рекомендации: при выполнении упражнения «Теплый ветер» просят ребенка «включить» свой голос. Так­тильно-вибрационный контроль осуществляется рукой, распо­ложенной на гортани. Ребенок должен ощутить вибрацию гор­тани. Исходным положением является упражнение № 10-а «Теплый ветер».  Кисть на гортани ощущает вибрацию голосовых связок. | | | ***Рис. 10-б «Жук».*** |
| Упражнение 11. «Цокает ло­шадка».  Цель: выработать тонкие дифференцированные движения кончиком языка для звука [р].  Методические рекомендации: из положения «Парус» при ши­роко открытом рте цокать язы­ком. Челюсть неподвижна. (Удерживается рукой. Выпол­нить 5-6 раз.)  Язык за верхними зубами. Рука держит подборо­док, чтобы он не двигался во время щелканья. | | | ***Рис. 11 «Цокает лошадка».*** |
| Упражнение 12. «Молоток».  Цель: подготовка артикуля­ции для звука [р] и вибрации кончика языка.  Методические рекомендации: из положения «Парус» стучать языком и произносить звук [д]. Следить, чтобы кончик языка не опускался и не выглядывал изо рта. Примечание: если исправляется горловой звук, то произносится звук [т]. Следить, чтобы не было назального оттенка, не напря­гался голос и не поднималась нижняя челюсть. Пос­тучать со звуком [д, т] 5—6 раз.  Кончик языка стучит вверху по альвеолам со зву­ком [д] или [т]. | | | ***Рис.12 «Молоток».*** |
| Упражнение 13. «Дятел».  Цель: формировать вибрацию кончика языка для звука [р].  Методические рекомендации: из положения «Па­рус» и «Молоток» произносить звук [д] в ускоренном темпе. Серии ударов языком по альвеолам напоми­нают стук дятла: «Д — ддд», «Д — ддд» (один удар и несколько ударов в быстром темпе). Выполняется 3— 5 таких серий | | | |
| Упражнение 14. «Пулемет».  Цель: закрепить вибрацию кончика языка для зву­ка [р].  Методические рекомендации: из положения «Па­рус» выполнять упражнение «Дятел» и добавлять воз­душную струю, как толчок воздуха: «Д — ддд» + тол­чок сильной воздушной струи. Возникает вибрация языка — «дрр». Выполнить интенсивно 5 раз. Если не получается по подражанию, то добавляют упраж­нение №20.  Язык вверху стучит по альвеолам со звуками «Д — ДДД». После произнесения «Д — ддд» — сильно подуть на язык.  Рис. 14 «Пулемет». | | |  |
| Упражнение 15-а. «Холодный ветер».  Цель: закрепить нижнее по­ложение языка для свистящих звуков и выработать направ­ленную воздушную струю по средней линии языка. Вызыва­ние звука [с] по подражанию.  Методические рекомендации: из положения «Мост» вернуть­ся к упражнению «Забор» иподуть на язык. Рука должна ощущать холодную струю воздуха. Выполнять 3—4 раза. Если по подражанию не получается, то применяют механическую помощь для вызывания звука [с]. Подуть на язык.  Кисть под подбородком. Ощутить холодную струю воздуха. | | | **Рис. 15 – а «Холодный ветер».** |
| Упражнение 15-б. «Комар».  Цель: вызывание звука [з] по подражанию.  Методические рекомендации: при выполнении упражнения «Холодный ветер» просят ребенка «включить» свой голос. Так­тильно-вибрационный контроль осуществляется рукой ребенка, расположенной на гортани. Ре­бенок должен ощутить вибра­цию гортани. Исходным поло­жением является упражнение № 15-а «Холодный ветер».  Кисть на гортани ощущает вибрацию голосовых связок. | | | ***Рис. 15-б «Комар».*** |
| Упражнение 16-а. «Пароход». 1-й вариант:  Цель: подготовка артикуляции для звука [л].  Методические рекомендации: из положения «Мост» выполнить упражнение «Лопата». Закусить кончик языка (зубы должны быть видны) и длительно про­износить звук [ы] 2—3 секунды. Кончик языка прикушен верхними и нижними резцами. | | | |
| Упражнение 16-б. «Пароход». 2-й вариант: Методические рекомендации: из положения упраж­нения «Окно» произносить длительный звук [а] и не­однократно прижимать кончик языка к середине верхней губы (упражнение «Вкусное варенье»). Слы­шатся слоги: ла—ла—ла. Повторить 5 раз. | ***Рис. 16-б «Пароход».*** | | |
| Упражнение 17. «Пароход гудит».  Цель: вызвать звук [л] смешанным способом.  Методические рекомендации: выполнять упражнение «Пароход». Попросить ребенка открыть рот и произнести звук [а]. Слышится слог «ла». Повторить 3—4 раза. | | | |
| Упражнение 18. «Маляр».  Цель: растянуть подъязычную связку для звуков [р], [л], а для произнесения шипящих звуков найти место образования щели языка в форме чашечки у твер­дого нёба.  Методические рекомендации: из положения «Парус» продвигать  язык по нёбу в передне-заднем направлении 3-4 раза. Челюсть должна оставаться неподвижной (контроли­руется рукой). Язык движется по нёбу вперед-назад. | | ***Рис. 18 «Маляр».*** | |
| Упражнение 19. «Качели».  Цель: дифференцировать ниж­нее и верхнее положение языка, что необходимо для дифферен­циации свистящих и шипящих звуков.  Методические рекомендации: из положения «Парус» перейти к упражнению «Мост». Чередо­вать 5—6 раз в темпе, заданном логопедом. | |  | |
| Упражнение 20. «Фокус».  Цель: сформировать сильную правильно направленную воздуш­ную струю для шипящих звуков и звука [р].  Методические рекомендации: из положения «Вкусное варенье» сильно подуть на кончик носа, на котором приклеена узкая по-  лоска бумаги (3 х 1 см) и сдуть ее. Выполнить 2—3 раза. Язык на верхней губе, дуть на кончик носа.  Эти упражнения являются базовыми, из которых в дальнейшем будут складываться комплексы для коррекции конкретных звуков. | | ***Рис.20 «Фокус».*** | |